

Pisztrángos étlap

Tantervi kapcsolódás: Az emberi test – egészséges táplálkozás

Tantárgyi kapcsolódás: természettudomány, életvitel

Megismerési módszer: megfigyelés, leírás, összehasonlítás

Cél: kreativitás, szociális és kommunikációs kompetencia fejlesztése, innovációs és vállalkozói kompetenciák fejlesztése.

Tevékenység rövid leírása: A tanulók csoportmunkában pisztrángos éttermük étlapját készítik el.

Helyszín: Pisztrángos hegyi élővizek környezete, pl. Szilvásvárad, Szalajka-völgy

Anyag, eszköz: papír, rajzpapír, íróeszköz, színes ceruzák, filctollak

Időigény: 1–2 óra

TEVÉKENYSÉG MENETE

1. A csoportok kiválasztanak egy-egy pisztrángos tavat és pisztrángot áruló éttermet, ahol interjút készítenek majd a helyi szakáccsal, pincérrel.
2. A csoportok összeállítanak egy-egy kérdéssort a riporthoz/riportokhoz.

HÁTTÉR

Ajánlott kérdések az interjúkhoz:

- Melyik részét használják fel a pisztrángnak?
- Miért egészséges a pisztrángfogyasztás? *(hófehér és sovány hús az állandó mozgás miatt, nem szálkás, kifejezetten ízletes halfajta, Omega-3 és Omega-6 telítetlen zsírsavakban gazdag, B-3 vitamin – bőr rugalmassága)*
- Hogyan lehet kifogni egy pisztrángot?
- Hogyan kell megpucolni a pisztrángot?
- Hogyan kell feldolgozni a pisztrángot? *(feldolgozási sorrend: mérlegek, kopolyú, fej és uszonyok levágása, filék szétválasztása és a gerinc eltávolítása. Farok levágása. Bordák és csontok eltávolítása. A hús darabolása.)*
- Hogyan lehet tárolni a pisztráng húsát? *(frissen főzni vagy -2 és 0 fok között tárolni, de 1 napnál hosszabb idejű tároláshoz pácolni kell)*
- Milyen típusú ételek készíthetők pisztrángból? *(pl. halászlé?)*
- Nevezzenek meg három pisztrángos ételt! Milyen egyéb alkotórészei vannak ezeknek az ételeknek pl. köret, mártás stb.?

TEVÉKENYSÉG MENETE

3. Beszélgessenek el a gyerekek az ottani szakáccsal, pincérrel, és nyomozzanak ki minél több dolgot a pisztrángos ételekről!
4. A csoportok ezután készítsék el saját, három fogásból álló pisztrángos étlapjukat!
5. Készítsenek menükártyát, adjanak fantázianevet az ételeknek, és árazzák is be őket!
6. Végezetül a csoportok mutassák be egymásnak menüsorukat!

VÁLTOZATOK

Amennyiben olyan helyszínen tervezünk erdei iskolát, ahol nincsen pisztráng, ott a diákok az adott helyre jellemző halételrecepteket gyűjthetnek.